Allgemeine Informationen

Praktikumszeitraum: 28.07.-18.08.2024

Aufenthaltsort: Surabaya, Indonesien

Art des Aufenthalts: Auslandspraktikum im Rahmen eines SEP

Praktikumsgeber: Institute of Tropical Diseases

Vorbereitung

Für das SEP habe ich mich im November 2023 beworben und nach der Auswertung auch direkt einen Platz bekommen. Zu Beginn hatte ich mich eigentlich auf andere Länder in Europa für mein Student Exchange Program beworben. Leider haben sich die SEOs dieser Länder nicht zurückgemeldet und ich habe gemeinsam mit Betty (SEO zu der Zeit) nach noch offenen Plätzen gesucht. Dadurch hatte ich erst Ende Mai einen Praktikumsplatz sicher. Man könnte denken, dass das ziemlich kurzfristig ist für so ein doch sehr weit entferntes Land, aber die zuständige SEO aus Indonesien war sehr hilfsbereit und hat auch immer sehr schnell geantwortet, sodass die Planung dann doch sehr reibungslos lief. Ich habe mich dann direkt um Flugtickets gekümmert, da dabei der Zeitpunkt der Buchung ja doch ausschlaggebend für den Preis ist. Ich musste mich praktischerweise nicht um eine Unterkunft kümmern, da das SEP Committee der BEM FF UNAIR sich bereits für die Austauschstudis darum gekümmert hat. Für Indonesien braucht man ein Visum, wobei mich die SEO aus Indoniesien bei der Beantragung auch sehr unterstützt hat. Es gibt dafür zwei verschiedene Möglichkeiten: auf der einen Seite kann man vorher ein offizielles Visum beantragen (Kosten: 120€, gültig für 60 Tage) und auf der anderen Seite das Visa on arrival, das ebenfalls bereits im Voraus beantragt werden kann (Kosten 29€, gültig für 30 Tage). Ich habe mich für letzteres entschieden, da der Prozess sehr schnell ging und trotz Verlängerung günstiger als das andere Visum war. Sowohl die Beantragung sowie die Verlängerung gingen ganz einfach online über die offizielle indonesische eVisa Website. Für die Beantragung des Visa on arrival benötigt man neben dem Reisepass und einem Passfoto ein Rückflugticket und eine Korrespondenzadresse in Indonesien (ich habe dafür auf Anleitung der SEO die der Universität angegeben). Generell war die SEO sehr lieb und hat mich bei den Vorbereitungen unterstützt. Sie hat mir unter anderem auch einen Plan mit den geplanten Aktivitäten und einer vorläufigen Kostenaufstellung zukommen gelassen. Auch, dass ich aufgrund einer Klausur erst eine Woche später zum Programm dazu kommen konnte, war kein Problem. Für Indonesien würde ich auf jeden Fall empfehlen vorher mal mit einem Arzt bzw. einer Ärztin über eventuell anfallende Impfungen zu sprechen. Das sollte man auf jeden Fall auch mind. zwei Monate vor der Reise machen, da einige Impfungen in bestimmten Abständen zueinander liegen müssen (z.B. Japanische Enzephalitis 2x im Abstand von vier Wochen). Auch wenn ich sie zum Glück nicht nutzen musste, empfiehlt sich aufgrund verschiedener Aspekte eine Auslandsreisekrankenversicherung. Als

Pharmaziestudi kann man die ziemlich einfach und auch günstig über die Deutsche Ärzte Finanz für den Zeitraum des Praktikums abschließen. Ich wollte mir eigentlich für die ersten Tage eine eSIM kaufen, aber leider war mein Handy dafür nicht geeignet. Ich würde das trotzdem empfehlen, da ich Samstagabend angekommen bin und deshalb bis Montag nach dem Praktikum kein Internet hatte. Leider gab es in der Unterkunft kein WLAN, weshalb ich kostenpflichtig mobile Daten über meinen deutschen Mobilfunkvertrag nutzen musste. Die Studis vor Ort haben mir dann aber geholfen eine SIM-Karte vor Ort zu kaufen. Ich habe auch kein Geld vor Abflug getauscht, sondern habe mir vor Ort von den Studis eine gute Wechselstube zeigen lassen, in der auch keine Gebühren für den Tausch fällig waren.

Unterkunft und Kosten

Für die Zeit meines Praktikums habe ich in einem Student*innenwohnheim ca. 20 min von der Uni entfernt gewohnt. Ich hatte ein Studio Apartment, was ein Zimmer mit einem Bett und Schreibtisch, einer kleinen Küchenzeile und einem abgetrennten Bad mit Toilette und Dusche umfasste. Ich musste mich zwar erst an die indonesischen Lebensstandards gewöhnen, aber habe mich doch recht schnell eingelebt. Leider war die Küche nicht wirklich mit Tellern, Besteck und Töpfen bzw. Pfannen ausgestattet, sodass ich nicht selbst kochen konnte. Am Ende hat das aber auch zum Austausch mit den anderen Austauschstudis beigetragen, da ich dadurch öfter bei den anderen zum Kochen war oder wir abends gemeinsam in der Mall nebenan gegessen haben. Leider gab es im Apartment kein WLAN, aber mit der SIM-Karte, die ich gekauft hatte. kam ich für die vier Wochen sehr gut aus (60 GB, Kosten: 5€). Insgesamt war die Miete für das Apartment für vier Wochen ca. 150 €. Auch wenn ich eine Woche später kam, musste ich die vollen vier Wochen zahlen, da die Apartments eine Mindestmietdauer von vier Wochen haben. Generell sind die Lebenshaltungskosten in Indonesien geringer als in Deutschland, sodass es auch kein Problem war, abends öfter mal essen zu gehen. Die Preise in den Restaurants liegen bei 3-5€. Mittags konnten wir in der Mensa der Uni essen, wo Gerichte um die 1-3€ kosten. Prinzipiell musste sich aber jeder selbst um sein Essen kümmern und die Kosten dafür selbst tragen. Gleiches gilt für die Kosten von Flug, Unterkunft und Ausflügen. Ich hatte eher schon erwähnt, dass ich schon vor Praktikumsbeginn eine Kostenaufstellung bekommen habe, diese umfasste die Unterkunft, eine SIM-Karte, Ausflüge, Essen bei den Ausflügen und einige Ausgaben für die Abschluss- sowie Willkommensfeier. Insgesamt beliefen sich die Kosten am Ende auf 260 €. Diese Kosten habe ich vor Ort in bar gezahlt und das Geld dafür auch erst in Indonesien getauscht (siehe oben). Dazu kamen Kosten für das Essen und selbst geplante Ausflüge.

Praktikumsstelle

Obwohl das SEP in Indonesien vier Wochen lang geht, war das Praktikum an sich nur 3 Wochen lang, da in der ersten Woche nur Ausflüge geplant waren. Die erste Woche fanden nur Ausflüge statt, weshalb es auch kein Problem war, dass ich eine Woche später kam. Das Praktikum konnte im Krankenhaus oder im Institute of Tropical Diseases (ITD) absolviert werden. Ich habe mich für das Forschungspraktikum entschieden, da ich später einmal in die Forschung gehen möchte. Je eine Hälfte des Praktikums haben wir in der Influenza Forschungsgruppe und die andere Hälfte im Bioassay Labor verbracht. Generell hatten wir kein eigenes Projekt, das wir bearbeitet haben,

sondern haben nur die Mitglieder der Arbeitsgruppe bei ihren Projekten und Experimenten begleitet. Im ersten Teil des Praktikums haben wir das Influenza Team begleitet und haben dabei DNA aus Primatenzellen isoliert und damit mehrere PCR und Gelelektrophoresen durchgeführt, um verschiedene Varianten des Influenza-Virus zu untersuchen. Die Forschungsgruppe hat auch verschiedene Substanzen auf antivirale Aktivitäten getestet. Da das allerdings in einem S3 Sicherheitslabor durchgeführt wurde, konnten wir dabei nur von außen zuschauen. Während der ersten Hälfte des Praktikums konnten wir ebenfalls an verschiedenen Workshops teilnehmen, die im Institut stattfanden. Unter anderem waren die Themen dabei Molekularbiologie und Zellkulturen. Leider waren nicht alle Workshops auf English, sodass wir teilweise nur anhand Powerpointfolien verfolgen konnten, um was es gerade ging. Am Ende der ersten Praktikumshälfte haben wir noch einiges über verschiedene Sequencing Methoden (z.B. Sanger Sequencing) und die dafür verwendeten Geräte gelernt. Im zweiten Teil des Praktikums waren wir im Bioassay-Labor, w zum Beispiel Naturstoffe auf antivirale bzw antioxidative Wirkung untersucht werden. Dort haben wir beispielsweise mit Malaria infiziertes Blut mit der GIEMSA-Färbung gefärbt und analysiert. Wir haben auch bei der Extraktion von Pflanzen geholfen, deren Extrakte dann auf antivirale/ antioxidative Aktivität getestet wurden. Die antioxidativen Wirkungen von drei bereits von der Arbeitsgruppe hergestellten Pflanzenextrakten haben wir am nächsten Tag in einem antioxidativen Assay untersucht. Dabei haben wir auch getestet, welches Lösungsmittel die antioxidativen Eigenschaften am besten unterstützt. Auch in dieser Hälfte des Praktikums fanden auf dem Campus Vorträge statt, an denen wir teilnehmen konnten. Eines der Themen war hier unter anderem “Molecular Docking”. In den folgenden Tagen haben wir die hergestellten Pflanzenextrakte mittels Dünnschichtchromatographie und HPLC mit verschiedenen stationären und mobilen Phasen untersucht haben. Gegen Ende des Praktikums haben wir noch gelernt, wie man Zellkulturen für antivirale Assays vorbereitet und später auch wie diese ausgewertet werden. Am letzten Praktikumstag hat jede Gruppe (es gab zwei: jeweils eine, die die Influenza Gruppe begleitet hat und eine, die die Bioassay Gruppe begleitet hat) eine Präsentation über das in den vergangenen Wochen gelernte vorbereitet und dem Institut präsentiert. Generell muss man aber sagen, dass wir nicht sehr viel selbstständig arbeitet konnten, sondern nur die Forschungsgruppen bei ihrer Arbeit begleiteten. Eigentlich war geplant, dass die Arbeitszeiten von 8-14 Uhr inklusive einer Stunde Mittagspause sind. Tatsächlich haben wir aber oft auch später angefangen bzw. eher nach Hause gehen können. Die Arbeit wurde nicht vergütet. Das Praktikum war für Personen im Hauptstudium ausgeschrieben, aber da ich an meiner Uni in Deutschland auch in einer Forschungsgruppe als SHK gearbeitet habe, waren die Versuche bzw. Inhalte des Praktikums nicht wirklich neu für mich, vor allem weil wir nicht so viel selbstständig gearbeitet haben.

Freizeit, Land und Leute

Während des SEP waren insgesamt 11 Austauschstudierende (3x Frankreich, 2x Slowenien, 1x Türkei, 1x Ägypten, 2x Malaysia, 1x Brunei, 1x Deutschland) in Surabaya. Wir waren alle gemeinsam im gleichen Studiwohnheim untergebracht und haben auch gemeinsam in Gruppen das Praktikum absolviert. Dadurch war eigentlich auch immer jemand da, mit dem man etwas unternehmen konnte. So waren wir oft gemeinsam in der nahegelegenen Mall zu Abendessen oder auch tagsüber mit den Studierenden aus Indonesien in einer der riesigen Malls der Stadt. Oft haben wir spontan nach dem Praktikum diverse kleine Ausflüge ins Innere der Stadt gemacht, um einfach kurz in die Mall zu gehen

und einen Matcha Latte zu trinken, die “old town” anzuschauen oder auch einfach ein Eis zu essen. Generell war aber auch vieles bereits vom SEP Committee vor Ort geplant. Zum Beispiel wurden in der Woche, in der ich noch nicht da war, zwei Ausflüge zu Industriestandorten, ein Workshop zu traditioneller indonesischer Medizin und ein kultureller Ausflug durchgeführt. Am Tag nach meiner Anreise haben wir einen Ausflug in die Stadt unternommen, bei dem wir mehrere Museen (z.B. Unabhängigkeitsmuseum und Javanische Bank) besucht haben und am Ende des Abends am Hafen gegessen haben. Nach der ersten Praktikumswoche haben wir ein Wochenende in Bromo verbracht. Dort haben wir altbekannte indonesische Spiele gespielt, traditionelle Familienheilpflanzen gepflanzt und es gab einen internationalen Abend, bei dem alle Austauschstudis ihr Land vorgestellt haben. Noch mitten in der Nacht sind wir dann zu einem Aussichtspunkt aufgebrochen, von dem aus wir den Sonnenaufgang über dem Vulkan Mount Bromo beobachtet haben. Nach dem Sonnenaufgang haben wir noch eine Jeep Tour zum und um den Vulkan gemacht. Die Natur war wirklich beeindruckend. Auch am darauffolgenden Wochenende wollten wir, obwohl nichts geplant war, gern etwas unternehmen. Wir haben die LEOs vor Ort gefragt, was man so unternehmen könnte und sie haben uns dann eine Wanderung empfohlen. Gemeinsam mit etwa der Hälfte der Austauschstudis und vier LEOs haben wir einen Kleinbus gemietet und sind in den Dschungel zum Wandern gefahren. Dabei haben wir auch viele super süße Äffchen gesehen. Die Aussicht vom Berg war leider nicht so gut, da das Wetter nicht so mitgespielt hat, aber trotzdem war der Ausflug sehr schön. In der letzten Woche des Praktikums fand auch eine Institutsfeier zur Feier des Unabhängigkeitstages statt, bei der Spiele gespielt wurden und ein Kostümwettbewerb stattfand. Auch der Abschluss des Programms war super schön, da das Committee eine große Abschiedsparty vorbereitet hatte. Dabei wurde jedem Austauschstudi eine Urkunde, ein Geschenk und ein Titel überreicht wurde. Da ich immer allen viele Europa-Reisetipps gegeben habe, bekam ich den Titel “Wanderlust Connaisseur”. Alle Student*innen haben eine landestypische Performance vorbereitet und ich habe versucht den anderen Discofox beizubringen 😉. Bei einem Abschiedsvideo, dass das Committee aus gemeinsamen Fotos und Videos vorbereitet hat, wurden alle sehr sentimental, da wir ja die letzten drei Wochen zusammen verbracht hatten und wir schon ziemlich zusammengewachsen sind.

Fazit

Es war auf jeden Fall sehr spannend mal in die Forschung in einem anderen Land hineinzuschauen. Man muss schon sagen, dass gerade hygienische Standards (sowohl in der Forschung als auch im Alltag generell) sehr verschieden zu denen in Deutschland sind, woran man sich vielleicht erstmal etwas gewöhnen muss. Insgesamt gibt es doch einige Unterschiede, die sich unter anderem auch im Essen niederschlagen. Da ich mich vegetarisch ernähre, war die Auswahl an Essen für mich teils sehr eingeschränkt, da die Mahlzeiten in Indonesien sehr fleischlastig waren. Die LEOs haben mir aber immer geholfen, etwas Vegetarisches zu finden oder die Gerichte ohne Fleisch zu bestellen. Generell muss man sich aber auch an viel Reis und Nudeln gewöhnen. Neben diesen kleineren Schwierigkeiten war meine Zeit in Indonesien wirklich sehr schön. Ich habe viele tolle Menschen kennengelernt und konnte wirklich in die Kultur dieses Landes eintauchen. Ich denke, das wäre in dieser Form nicht möglich gewesen, wäre ich außerhalb des SEP nach Indonesien gereist. Das Praktikum an sich würde ich eher Studis empfehlen, die noch nicht so viel Erfahrung in der Forschung gesammelt haben, da man hier wirklich die Basics lernt und nicht selbst an einem Projekt arbeitet. Das SEP ist in Surabaya aber 2024 auch erst in die dritte Runde gegangen und das Institut war sehr beschäftigt mit der

Vorbereitung eines anstehenden Workshops, sodass das Praktikum vielleicht in den nächsten Jahren noch ausgebaut wird und man mehr im Labor machen kann. Wer die Kultur Indonesiens, den Alltag in der Großstadt aber auch die beeindruckende Natur dieses Landes näher kennenlernen möchte, während er*sie die Laborkenntnisse ein bisschen auffrischen möchte, ist hier genau richtig. Ich konnte sehr viele Erinnerungen sammeln und bin dem Committee der FF UNAIR sehr dankbar für diese wundervolle Erfahrung! Natürlich bietet es sich auch an, wenn man sowieso gern mal nach Indonesien reisen möchte und Klassiker wie Bali oder Lombok besuchen möchte, diese Reise an das Praktikum anzuschließen. Dann lohnt sich der lange Flug erst recht und man kann nach dem Praktikum noch ein bisschen Urlaub machen. Das kann ich nur empfehlen!